

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Indonesia memiliki sumber daya yang cukup untuk menjamin ketahanan pangan bagi penduduknya, karena terdapat banyak sumber bahan pangan non beras (seperti umbi umbian, pisang dan kacang-kacangan) yang tersebar di berbagai wilayah di Indonesia. Namun, ketahanan pangan nasional yang baik belum menjamin semua penduduknya dapat memenuhi kebutuhan pangan dengan cukup baik dalam jumlah maupun mutunya (aman dan bergizi).

Pangan dan gizi merupakan unsur yang sangat penting dalam peningkatan produktivitas nasional dan perbaikan kualitas hidup masyarakat. Penyediaan pangan harus memenuhi kebutuhan gizi, keamanan pangan dan terjangkau seluruh individu setiap saat. Apabila sebuah keluarga mengalami kesulitan dalam memenuhi kebutuhan pangan yang disebabkan oleh ketidakmampuan dalam menyediakan makanan karena jarak tempuh untuk mendapatkan makanan tidak terjangkau atau tidak mampu membeli karena segi ekonomi, maka keluarga tersebut dikatakan tidak tahan pangan. Kondisi ketahanan pangan yang menurun akan berakibat pada kurangnya pemenuhan gizi anggota keluarga terutama pada anak-anak yang masih membutuhkan banyak nutrisi karena dalam tahap pertumbuhan (KEMENKES RI, 2012).

Anak- anak adalah anak yang membutuhkan perhatian dalam pertumbuhan fisiknya. Anak usia sekolah sangat rentan kekurangan kalsium dan serat. Hal ini didasarkan pada penelitian yang dilakukan oleh victoria valentina dkk tahun 2014

menunjukkan bahwa anak Indonesia mengonsumsi pangan sumber kalsium yang lebih rendah dari kebutuhan zat gizi (Victoria dkk, 2014).

Kekurangan zat gizi pada makanan, termasuk makanan jajanan anak sekolah dapat mengakibatkan gangguan pertumbuhan terutama pertumbuhan fisik yang terlihat dari ukuran tubuh yang pendek, gemuk atau kurus. Dampak dari gangguan pertumbuhan antara lain, menyebabkan rendahnya daya tahan tubuh sehingga anak sakit-sakitan dan cepat lelah. Hal ini akan menghambat pertumbuhan sumber daya manusia berkualitas di masa yang akan datang (Petty Siti, 2013).

Serat adalah bagian dari tumbuhan yang tidak dapat diserap dan dicerna di dalam tubuh. Walaupun tidak memiliki kandungan gizi tetapi serat memiliki fungsi yang penting bagi tubuh. Serat membantu melancarkan pencernaan bahkan pada anak yang menderita kelebihan asupan gizi. Makanan kaya serat juga merupakan sumber vitamin dan mineral yang baik sehingga dapat mencegah atau mengurangi resiko akibat kegemukan. Bagi anak usia sekolah, serat harus terpenuhi dengan baik karena akan memberikan dampak kesehatan pada masa dewasanya, untuk mencegah penyakit degeneratif seperti jantung koroner, diabetes melitus dan kanker usus besar. Serat pangan bisa didapatkan dalam sayuran, buah, kacang-kacangan dan olahan gandum (Desak Made, 2014).

Kalsium adalah jenis mineral yang terdapat dalam tubuh dalam jumlah yang besar. Rendahnya asupan kalsium pada anak dapat menurunkan fungsi tulang. Manfaat kalsium pada anak adalah untuk meningkatkan kepadatan tulang, mengoptimalkan tingi badan anak, meningkatkan kecerdasan anak dan memperkuat sistem imun tubuh pada anak maka dari itu kebutuhan kalsium pada anak harus terpenuhi (Amandia Dewi, 2010).

Dari data hasil penelitian Pipit Septiana (2018) rata-rata konsumsi serat anak sebanyak 3,91 gram/hari. Nilai ini masih kurang dari kecukupan gizi yang dianjurkan Angka kecukupan gizi (AKG) untuk anak-anak berusia 9 – 15 tahun adalah 26 – 35 g/hari (Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi, 2012). Serat dan kalsium dapat diperoleh dari sayur-sayuran, susu, kacang-kacangan, gandum dan buah-buahan. Salah satu buah yang kaya akan kandungan kalsium dan seratnya adalah pisang. Berdasarkan data tersebut maka penulis mempertimbangkan untuk memanfaatkan bahan pangan lokal untuk dijadikan tepung sebagai diversifikasi pangan.

Diversifikasi pangan dapat dilakukan dengan memberdayakan sumber pangan yang berasal dari lokal melalui peningkatan teknologi pengolahan pangan. Diversifikasi pangan adalah program yang ditujukan agar masyarakat tidak terpaku pada satu jenis makanan saja dan terdorong untuk menggunakan bahan pangan lainnya. Masyarakat Indonesia selama ini hanya terfokus menggunakan tepung terigu dalam pembuatan berbagai makanan. Sehingga kebutuhan tepung terigu di Indonesia sangat tinggi. Asosiasi Produsen Tepung Terigu Indonesia (APTINDO) pada tahun 2015 menargetkan akan memiliki 29 gudang tepung terigu, hal ini berarti kebutuhan tepung terigu meningkat. Konsumsi tepung terigu nasional berdasarkan data APTINDO, tumbuh hingga semester I tahun 2014 berjumlah 5,4 juta ton per tahun atau setara dengan 7 juta ton gandum dibandingkan Semester-I tahun 2013 (Komoditas Tepung Terigu, 2016).

Pertumbuhan jumlah konsumsi tepung terigu disebabkan berbagai produk olahan pangan yang sebagian besar berbahan baku tepung terigu. Tingginya konsumsi tepung terigu memberikan dampak negatif mulai dari sisi devisa negara

contohnya jika konsumsi tepung terigu terus bertambah maka akan banyak pengeluaran yang dibutuhkan negara untuk memenuhi konsumsi tersebut, jika hal ini terus berlanjut maka devisa negara turun secara drastis. Sedangkan dampak negatif bagi kesehatan adalah menyebabkan kegemukan dan diabetes hal ini disebabkan karena tepung terigu mengandung aloksan, zat merugikan tubuh yang dapat menghancurkan sel beta pankreas yang kemudian menaikkan gula darah.

Salah satu bahan yang berpotensi untuk dijadikan tepung adalah pisang. Mengingat bahwa pisang kaya akan kandungan gizi maka pembuatan mie basah pisang kepek ini diharapkan mampu memenuhi kebutuhan kalsium dan zat gizi lainnya dalam pertumbuhan dan perkembangan anak usia sekolah. Pengenalan penggunaan tepung pisang kepek dalam pembuatan mie basah kepada masyarakat lebih efektif diterapkan sebagai bahan baku atau tambahan pembuatan mie basah maupun makanan lainnya yang berbahan dasar tepung pisang kepek (Didit Anandita, 2016).

Pada hakikatnya buah pisang diklarifikasikan dalam berbagai jenis. Jenis-jenis pisang tersebut memiliki nama tersendiri berdasarkan kekhasan masing-masing. Salah satu jenis pisang yang populer dikalangan masyarakat, baik kalangan bawah hingga kalangan atas adalah pisang kepek (*musa paradisiaca*). Karena mudah diperoleh dan harganya terjangkau buah pisang banyak diolah oleh masyarakat sebagai kudapan dan makanan ringan seperti keripik, pisang goreng dan sebagainya (Murdijati Gardjito, 2013).

Buah pisang mengandung berbagai macam kandungan gizi yang baik antara lain menyediakan energi yang cukup tinggi dibanding buah-buah yang lain. Pisang kaya akan mineral seperti kalium, magnesium, fosfor, besi dan kalsium.

Pisang juga mengandung vitamin antara lain vitamin A, vitamin B dan vitamin C (Devangga dkk, 2018).

Tepung pisang adalah salah satu upaya yang dilakukan untuk pengawetan pisang dalam bentuk olahan agar pisang dapat memiliki daya simpan yang lama. Pada dasarnya semua jenis pisang dapat diolah menjadi tepung pisang jika tingkat ketuaan pisang mencukupi. Namun sifat tepung pisang yang dihasilkan tidak akan sama tiap jenis masing-masing pisang. Pisang yang paling baik diolah menjadi tepung adalah pisang kepok (*musa paradisiaca*). Tepung pisang yang dihasilkan lebih berwarna putih dibandingkan dengan jenis tepung pisang yang dari jenis pisang lain. Kandungan serat pada tepung pisang kepok adalah 11,4-12,2% jauh lebih tinggi dari pada tepung terigu yang hanya memiliki serat 5,3%. Hal ini menunjukkan bahwa salah satu keunggulan tepung pisang kepok adalah kandungan seratnya. Tetapi, kelemahannya adalah aroma pisang yang kuat dari tepung pisang tersebut (Suriani Utami, 2012). Tepung pisang kepok dapat digunakan dalam pengolahan jenis makanan yang menggunakan tepung lainnya seperti tepung terigu, tepung beras dan lainnya, jenis makanan tersebut antara lain adalah mie basah.

Mie merupakan makanan alternatif pengganti nasi yang banyak digunakan oleh masyarakat disemua kalangan. Mie juga sangat terkenal di seluruh dunia, walaupun nama, cara pembuatannya dan bentuknya berbeda. Saat ini produk mie mengalami perkembangan bentuk seperti mie instan dan mie basah. Menurut Badan Standart Nasional (BSN) tahun 2000 mie basah adalah mie produk makanan basah yang dibuat dari tepung terigu dengan atau penambahan bahan makanan lain dan bahan makanan yang diizinkan dan berbentuk khas mie yang

tidak dikeringkan. Produk mie basah yang dipasarkan saat ini kebanyakan kurang memiliki nilai gizi yang kurang baik. Hal ini karena dalam mie basah lebih besar kandungan karbohidrat sementara kandungan protein dan vitaminnya masih rendah. Produk-produk mie basah juga mengalami perkembangan variasi campuran antara tepung terigu sebagai bahan utama dan dicampur dengan umbi-umbian, sayur-sayuran, buah-buahan dan kacang-kacangan yang tentu saja akan menambah kandungan gizi pada mie basah.

Berdasarkan penelitian Yossi Kaputri (2018) yang berjudul pengaruh substitusi tepung pisang kepok (*Musa Paradisiaca*) terhadap kualitas kue putu ayu yang hasilnya adalah terdapat pengaruh yang signifikan dari penggunaan tepung pisang kepok terhadap kualitas kue putu ayu dengan penggunaan tepung pisang kepok sebanyak 50% menghasilkan kue putu ayu dengan kualitas terbaik, meliputi volume (lembut), warna (coklat muda), tekstur (lembut), dan rasa (Pisang Kepok).

Hasil penelitian Sinta Anggraini (2016) tentang pengaruh substitusi tepung pisang kepok putih pada Egg Roll terhadap kadar vitamin C dan daya terimanya menunjukkan Terdapat perbedaan atau ada pengaruh dari *egg roll* dengan substitusi tepung pisang kepok putih terhadap aroma dan rasa, namun tidak terdapat pengaruh pada kadar vitamin C, warna, tekstur, dan keseluruhan

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Uji Daya Terima Dan Nilai Kandungan Gizi Pada Penambahan Tepung Pisang Kepok Dalam Pembuatan Mie Basah Di MTs Swasta Al Umm Medan Marelan”

## 1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana daya terima dan nilai kandungan gizi dengan penambahan tepung pisang kepok pada pembuatan mie basah?

## 1.3 Tujuan Penelitian

### a. Tujuan Umum

Untuk mengetahui daya terima dan nilai kandungan gizi mie basah dengan penambahan tepung pisang kepok.

### b. Tujuan khusus

1. Untuk mengetahui karakteristik mie basah dengan penambahan tepung pisang kepok berdasarkan warna, rasa, aroma dan tekstur.
2. Untuk mengetahui kandungan gizi mie basah, berdasarkan kalsium dan serat

## 1.4 Manfaat Hasil Penelitian

### 1. Bagi Peneliti

Dapat menambah pengetahuan tentang pengaruh penambahan tepung pisang kepok dan kandungan serat dan kalsium pada pembuatan mie basah serta daya terimanya.

### 2. Bagi masyarakat

Dapat memberikan informasi kepada masyarakat tentang penganekaragaman pangan melalui pemanfaatan pisang kepok sebagai bahan dalam pembuatan mie basah.

### 3. Bagi anak remaja

Dapat menjadi alternatif pilihan jajanan pada anak remaja yang sehat dan bergizi terutama di sekolah.